Lo que usted debe saber sobre

la hepatitis B

(What you need to know about hepatitis B)

National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases

National Digestive Diseases Information Clearinghouse

Lo que usted debe saber sobre la hepatitis B

(What you need to know about hepatitis B)

Índice

¿Qué es la hepatitis B? 1
¿Qué es el hígado? 1
¿Quién contrae hepatitis B? 2
¿Cómo puedo contraer hepatitis B? 4
¿Cuáles son los síntomas de la hepatitis B? 6
¿Qué es la hepatitis B aguda? 7
¿Qué es la hepatitis B crónica? 7
¿Cómo se diagnostica la hepatitis B? 8
¿Cómo se trata la hepatitis B? 10
¿Cómo puedo evitar contraer hepatitis B? 13
¿Qué debo hacer si pienso que he estado en contacto con el virus de la hepatitis B? 16
Alimentación, dieta y nutrición 16
Puntos para recordar 17
Esperanza a través de la investigación 19
Cómo obtener más información 20
Agradecimientos 23

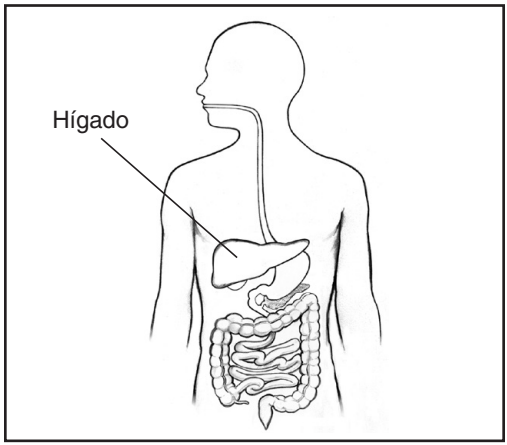
¿Qué es la hepatitis B?

La hepatitis B es un virus, o una infección, que provoca enfermedad e inflamación hepáticas (del hígado). Los virus pueden provocar enfermedades. Por ejemplo, la gripe es provocada por un virus. Es posible que las personas se contagien los virus de una a otra.

La inflamación es una hinchazón que se produce cuando los tejidos del cuerpo se lesionan o se infectan. Es posible que la inflamación provoque que los órganos no funcionen de manera correcta.

¿Qué es el hígado?

El hígado en un órgano que realiza muchas cosas importantes. No es posible vivir sin el hígado.



La hepatitis B es un virus, o una infección, que provoca enfermedad e inflamación hepáticas.

El hígado

- elimina las sustancias químicas nocivas de la sangre
- lucha contra infecciones
- ayuda a digerir alimentos
- almacena nutrientes y vitaminas
- almacena energía

¿Quién contrae hepatitis B?

Todos pueden contraer hepatitis B, pero las personas más propensas son aquellas que

- nacieron de una madre con hepatitis B
- están en contacto con sangre, agujas o fluidos corporales en el trabajo
- viven con otra persona que tiene una infección por hepatitis B activa
- tienen más de una pareja sexual en los últimos 6 meses o tienen antecedentes de una enfermedad transmitida sexualmente

- están recibiendo diálisis renal (el proceso de filtración de desechos y agua adicional del cuerpo por un medio distinto de los riñones)
- están tomando medicamentos que suprimen el sistema inmunitario, como los esteroides o medicamentos quimioterapéuticos
- han vivido o viajado con frecuencia a lugares del mundo donde la hepatitis B es común
- son de las naciones asiáticas y de las Islas del Pacífico
- están infectadas con VIH o con hepatitis C
- se han inyectado drogas ilegales
- trabajan o viven en una cárcel
- se han realizado una transfusión de sangre o trasplante de órgano antes de la mitad de la década de 1980

También hay más probabilidades de que los hombres que tienen relaciones sexuales con hombres contraigan hepatitis B.

¿Cómo puedo contraer hepatitis B?

Una persona podría contraer hepatitis B a través del contacto con la sangre, el semen u otro fluido corporal de una persona infectada. Este contacto puede producirse de las siguientes maneras:

- nacer de una madre con hepatitis B
- pincharse de manera accidental con una aguja que fue utilizada en una persona infectada
- tener relaciones sexuales sin protección con una persona infectada
- tener contacto con la sangre o llagas de una persona infectada
- compartir agujas u otros materiales para el consumo de drogas con una persona infectada

Una persona podría contraer hepatitis B por tener relaciones sexuales sin protección con una persona infectada.

- tatuarse o perforarse para colocarse un aro con herramientas no esterilizadas que fueron utilizadas con una persona infectada
- usar la navaja de afeitar, el cepillo de dientes o el cortaúñas de una persona infectada

No es posible contraer hepatitis B por

- darse la mano o agarrarse de la mano con una persona infectada
- recibir la tos o el estornudo de una persona infectada
- abrazar a una persona infectada
- sentarse al lado de una persona infectada
- compartir cucharas, tenedores u otros utensilios para comer
- tomar agua o ingerir alimentos

No es posible que un bebé contraiga hepatitis B de la leche materna.

¿Cuáles son los síntomas de la hepatitis B?

La mayoría de las personas no presentan síntomas de hepatitis B. Es posible que los adultos y los niños de 5 años o más presenten los siguientes síntomas:

- sentirse cansado
- dolor muscular
- malestar estomacal
- dolor estomacal
- fiebre
- pérdida de apetito
- diarrea
- orina de color amarillo oscuro
- heces de color claro
- ojos y piel amarillentos, llamados ictericia

Cuando se presentan síntomas, pueden empezar entre 2 y 5 meses después de entrar en contacto con el virus. Consulte con un médico de inmediato si usted o un niño bajo su cuidado tiene síntomas de hepatitis B.

¿Qué es la hepatitis B aguda?

La hepatitis B aguda es una infección de corto plazo por el virus de la hepatitis B. En general, los síntomas duran varias semanas pero con una duración máxima de 6 meses. A veces, la infección desaparece porque el cuerpo es capaz de combatir la infección y deshacerse del virus. La mayoría de los adultos y niños sanos mayores de 5 años que tienen hepatitis B mejoran sin tratamiento.

¿Qué es la hepatitis B crónica?

La hepatitis B crónica es una infección por el virus de la hepatitis B de duración prolongada. La hepatitis B crónica se produce cuando el cuerpo no puede deshacerse del virus de la hepatitis B. Hay más probabilidades de que los niños, especialmente los lactantes, contraigan hepatitis B crónica, que, por lo general, no presenta síntomas hasta que se manifiestan signos de daño hepático.

Sin un tratamiento, es posible que la hepatitis B crónica provoque cáncer de hígado o daño hepático grave que produzca insuficiencia hepática. La insuficiencia hepática se produce cuando el hígado deja de funcionar de manera correcta.

¿Cómo se diagnostica la hepatitis B?

Un análisis de sangre mostrará si una persona tiene hepatitis B. Los análisis de sangre se realizan en un consultorio médico o en un centro ambulatorio. Se toma una muestra de sangre utilizando una aguja que se inserta en una vena del brazo o de la mano. La muestra de sangre se envía a un laboratorio para la detección de hepatitis B.

Si usted tiene un riesgo más alto de contraer hepatitis B, hágase la prueba. Si está embarazada, también debe hacerse la prueba. Muchas personas con hepatitis B no saben que están infectadas. El diagnóstico y el tratamiento tempranos pueden ayudar a prevenir el daño hepático.

Un análisis de sangre mostrará si tiene hepatitis B.

Es posible que su médico sugiera que se realice una biopsia de hígado si sospecha que tiene hepatitis B. Una biopsia de hígado es una prueba donde se toma una pequeña parte del hígado para detectar daño hepático. Es posible que el médico le solicite que interrumpa el uso de determinados medicamentos antes de la prueba. Es posible que se le solicite ayunar durante 8 horas antes de la prueba.

Durante la prueba, usted está acostado sobre una mesa con la mano derecha descansando sobre la cabeza. Se aplica medicamento para adormecer el área donde se insertará la aguja de la biopsia. Si es necesario, también se proporcionan sedantes y analgésicos. El médico usa una aguja para tomar una pequeña parte del tejido hepático. Después de la prueba, usted debe recostarse sobre su lado derecho por un máximo de 2 horas. Se quedará entre 2 y 4 horas después de la prueba antes de que le envíen a su hogar.

Una biopsia de hígado la realiza un médico en un hospital o en un centro ambulatorio. El tejido hepático se envía a un laboratorio especial donde un médico lo observa con un microscopio y envía un informe a su médico.

¿Cómo se trata la hepatitis B?

En general, la hepatitis B no se trata hasta que se vuelve crónica. La hepatitis B crónica se trata con medicamentos que enlentecen o detienen el virus que daña el hígado.

Medicamentos para la hepatitis B crónica

Su médico elegirá medicamentos o una combinación de medicamentos que probablemente funcionen para usted. El médico vigilará de cerca sus síntomas y programará análisis de sangre regulares para asegurarse de que el tratamiento está funcionando.

Los medicamentos que se administran vía inyecciones incluyen los siguientes:

- interferón
- peginterferón

Los medicamentos que se toman por boca incluyen los siguientes:

- adefovir
- entecavir
- lamivudina
- telbivudina
- tenofovir

La duración del tratamiento varía. Comuníquese con su médico antes de tomar otros medicamentos recetados y de venta libre.

Trasplante de hígado

Es posible que sea necesario realizar un trasplante de hígado si la hepatitis B crónica provoca un daño hepático grave que produce insuficiencia hepática. Los síntomas del daño hepático grave incluyen los síntomas de la hepatitis B y los siguientes:

- picazón generalizada
- más tiempo que el habitual para que se interrumpa el sangrado
- formación de moretones con facilidad
- hinchazón del estómago o de los tobillos
- vasos sanguíneos con forma de araña, llamados hemangiomas aracniformes, que se desarrollan en la piel

El trasplante de hígado es una cirugía para extraer el hígado enfermo o lesionado y reemplazarlo con uno sano de otra persona, llamada donante. Si sus médicos le dicen que usted necesita un trasplante, debe hablar con ellos acerca de las demandas de vivir a largo plazo con un trasplante de hígado.

Un equipo de cirujanos (médicos que se especializan en cirugía) realiza un trasplante de hígado en un hospital. Aprenderá cómo cuidarse usted mismo después de que vuelva a su hogar y sobre los medicamentos que necesitará tomar para proteger su hígado nuevo. Es posible que los medicamentos que toma después la cirugía de trasplante de hígado prevenga que vuelva la hepatitis B.

Detección de cáncer de hígado

Tener hepatitis B aumenta el riesgo de contraer cáncer de hígado; por esta razón, es posible que su médico le sugiera realizar una ecografía de hígado cada 6 y 12 meses. La detección temprana del cáncer lo hace más tratable. La ecografía es una máquina que usa las ondas sonoras para crear una imagen del hígado. Un técnico especialmente capacitado realiza la ecografía en un hospital o centro radiológico. La imagen, llamada ecografía, puede mostrar el tamaño del hígado y la presencia de tumores cancerosos.

¿Cómo puedo evitar contraer hepatitis B?

Usted puede evitar contraer hepatitis B recibiendo la vacuna contra la hepatitis B.

Las vacunas son medicamentos que impiden que se enferme. Las vacunas le enseñan al cuerpo a atacar virus e infecciones específicos. La vacuna contra la hepatitis B le enseña al cuerpo a atacar el virus de la hepatitis B.

Desde los años ochenta, la vacuna contra la hepatitis B ha estado disponible y debe administrarse a recién nacidos y a niños en los Estados Unidos. Los adultos con mayor riesgo de contraer hepatitis B también deben recibir la vacuna.

La vacuna contra la hepatitis B se administra con tres inyecciones a lo largo de 6 meses. Usted debe recibir las tres inyecciones de la vacuna contra la hepatitis B para estar completamente protegido.

Usted puede evitar contraer hepatitis B recibiendo la vacuna contra la hepatitis B.

Si está viajando a países donde la hepatitis B es común, intente recibir todas las inyecciones antes de ir. Si no tiene tiempo para recibir todas las inyecciones antes de viajar, reciba tantas como pueda. Es posible que incluso una inyección proporcione cierta protección contra el virus.

Puede protegerse usted mismo y a otras personas de contraer hepatitis B si

- usa un condón durante las relaciones sexuales
- no comparte agujas ni otros materiales para el consumo de drogas
- no dona sangre ni hemoderivados
- usa guantes si tiene que tocar la sangre o las llagas de otra persona

- no comparte ni pide prestado un cepillo de dientes, una navaja para afeitar ni cortaúñas
- se asegura de que todos los tatuajes o aros que se realice sean realizados con herramientas esterilizadas
- le comunica a su médico y a su dentista si tiene hepatitis B

Si está embarazada y tiene hepatitis B, comuníqueselo al médico y al personal que atenderá el parto. La vacuna contra la hepatitis B y la inmunoglobulina contra la hepatitis B deben administrarse a su bebé apenas nazca. La vacuna reducirá en gran medida la posibilidad de que su bebé contraiga la infección.

Use guantes si tiene que tocar la sangre o las llagas de otra persona.

¿Qué debo hacer si pienso que he estado en contacto con el virus de la hepatitis B?

Consulte a su médico de inmediato si piensa que ha estado en contacto con el virus de la hepatitis B. Es posible que una dosis de la vacuna contra la hepatitis B tomado con un medicamento llamado inmunoglobulina contra la hepatitis B le proteja de enfermarse si la toma poco después de haber estado en contacto con el virus de la hepatitis B.

Alimentación, dieta y nutrición

Si tiene hepatitis B crónica, debe tomar medidas para cuidarse, lo que incluye alimentarse con una dieta saludable. Evite tomar alcohol, que puede dañar el hígado. Comuníquese con su médico antes de tomar vitaminas y otros suplementos.

Puntos para recordar

- La hepatitis B es un virus, o una infección, que provoca enfermedad e inflamación hepáticas.
- Cualquier persona puede contraer hepatitis B, pero algunas personas son más propensas que otras.
- Una persona podría contraer hepatitis B a través del contacto con la sangre, el semen u otro fluido corporal de una persona infectada.
- La mayoría de las personas no presentan síntomas de hepatitis B. Es posible que los adultos y los niños de 5 años o más presenten síntomas.
- Consulte con un médico de inmediato si usted o un niño bajo su cuidado tiene síntomas de hepatitis B.
- La hepatitis B aguda es una infección de corto plazo por el virus de la hepatitis B.
- La hepatitis B crónica es una infección por el virus de la hepatitis B de duración prolongada. La hepatitis B crónica se produce cuando el cuerpo no puede deshacerse del virus de la hepatitis B.

- Los niños, especialmente los lactantes, son más propensos a contraer hepatitis B crónica.
- Un análisis de sangre mostrará si tiene hepatitis B.
- Si usted tiene un riesgo más alto de contraer hepatitis B, hágase la prueba. Si está embarazada, también debe hacerse la prueba.
- Muchas personas con hepatitis B no saben que están infectadas. El diagnóstico y el tratamiento tempranos pueden ayudar a prevenir el daño hepático.
- En general, la hepatitis B no se trata hasta que se vuelve crónica. La hepatitis B crónica se trata con medicamentos que enlentecen o detienen el virus que daña el hígado.
- Usted puede evitar contraer hepatitis B recibiendo la vacuna contra la hepatitis B.
- Comuníquele a su médico y a su dentista si tiene hepatitis B.
- Si está embarazada y tiene hepatitis B, comuníqueselo al médico y al personal que atenderá el parto.
- Consulte a su médico de inmediato si piensa que ha estado en contacto con el virus de la hepatitis B.

Esperanza a través de la investigación

El Instituto Nacional de la Diabetes y las Enfermedades Digestivas y Renales (National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases, NIDDK) lleva a cabo y apoya la investigación básica y clínica de muchos trastornos digestivos, incluida la hepatitis B. Un equipo de investigadores del NIDDK está estudiando a personas que han recibido el diagnóstico de hepatitis B, a fin de identificar factores que afectan el progreso de la enfermedad. A fin de mejorar el conocimiento actual acerca de la enfermedad y los resultados a largo plazo, la Red de investigación de la hepatitis B está recolectando información respecto de la salud y la enfermedad de estas personas. Este estudio se crea bajo el ensayo clínico número NCT01306071 de los Institutos Nacionales de Salud (National Institutes of Health, NIH).

Los ensayos clínicos son estudios de investigación en los que participan personas. Los ensayos clínicos buscan maneras nuevas, seguras y eficaces de prevenir, detectar o tratar enfermedades. Los investigadores también usan los ensayos clínicos para estudiar otros aspectos de la atención clínica, como la manera de mejorar la calidad de vida de las personas con enfermedades crónicas. Si desea aprender más sobre los ensayos clínicos, por qué son importantes y cómo participar en ellos, visite el sitio llamado NIH Clinical Research Trials and You en *www.nih.gov/health/clinicaltrials.* Si desea información sobre los estudios actuales, visite *www.ClinicalTrials.gov.*

Cómo obtener más información

Nota: Algunas de las opciones para comunicarse con las siguientes organizaciones están disponibles solamente en inglés.

American Liver Foundation
39 Broadway, Suite 2700
New York, NY 10006
Teléfono: 1–800–GO–LIVER (1–800–465–4837)
ó 212–668–1000
Fax: 212–483–8179
Internet: www.liverfoundation.org

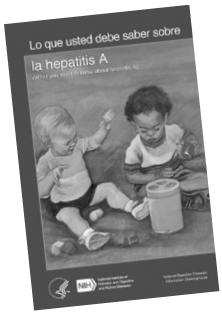
Hepatitis B Foundation
3805 Old Easton Road
Doylestown, PA 18902
Teléfono: 215–489–4900
Fax: 215–489–4920
Correo electrónico: info@hepb.org
Internet: www.hepb.org

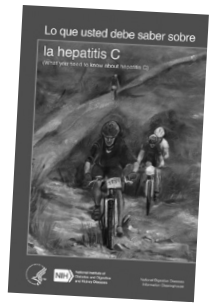
Hepatitis Foundation International
504 Blick Drive
Silver Spring, MD 20904
Teléfono: 1–800–891–0707 ó 301–879–6891
Fax: 301–879–6890
Correo electrónico: info@hepatitisfoundation.org
Internet: www.hepfi.org

National Center for HIV/AIDS, Viral Hepatitis, STD, and TB Prevention
Centers for Disease Control and Prevention
1600 Clifton Road
Atlanta, GA 30333
Teléfono: 1–800–CDC–INFO (1–800–232–4636)
TTY: 1–888–232–6348
Internet: www.cdc.gov/nchhstp

El Centro Coordinador Nacional de Información sobre las Enfermedades Digestivas (National Digestive Diseases Information Clearinghouse, NDDIC) también tiene cuadernillos acerca de la hepatitis A y la hepatitis C:

- *Lo que usted debe saber sobre la hepatitis A*
- *Lo que usted debe saber sobre la hepatitis C*





Puede obtener un ejemplar gratuito de cada uno de estos libritos si llama al 1–800–891–5389, visitando el sitio web en *www.catalog.niddk.nih.gov* o escribiendo a

NDDIC
2 Information Way
Bethesda, MD 20892–3570

También contamos con información sobre la hepatitis para los profesionales de la salud.

Agradecimientos

Las publicaciones producidas por el Centro Coordinador son revisadas cuidadosamente por los científicos del NIDDK y por expertos fuera de la organización. Las personas presentadas en esta lista proporcionaron asesoramiento editorial o facilitaron la realización de pruebas de campo para la versión original de esta publicación. El NDDIC quisiera agradecer a estas personas por su contribución.

Bruce Bacon, M.D.
American Liver Foundation
New York, NY

Theo Heller, M.D.
NIDDK, National Institutes of Health
Bethesda, MD

Luby Garza-Abijaoude, M.S., R.D., L.D.
Texas Department of Health
Austin, TX

Thelma Thiel, R.N.
Hepatitis Foundation International
Cedar Grove, NJ

National Digestive Diseases Information Clearinghouse

2 Information Way
Bethesda, MD 20892–3570
Teléfono: 1–800–891–5389
TTY: 1–866–569–1162
Fax: 703–738–4929
Correo electrónico: nddic@info.niddk.nih.gov
Internet: www.digestive.niddk.nih.gov

El National Digestive Diseases Information Clearinghouse (NDDIC) es el Centro Coordinador Nacional de Información sobre las Enfermedades Digestivas, un servicio del National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK). Este Instituto forma parte de los National Institutes of Health, que a su vez dependen del Department of Health and Human Services de los Estados Unidos. Fundado en 1980, el NDDIC proporciona información sobre las enfermedades digestivas a las personas con trastornos digestivos y a sus familiares, así como a los profesionales de la salud y al público en general. El NDDIC responde a preguntas, produce y distribuye publicaciones y colabora estrechamente con organizaciones profesionales, gubernamentales y de pacientes para coordinar los recursos sobre las enfermedades digestivas.

Esta publicación no tiene derechos de autor. El NDDIC otorga su permiso a los usuarios de esta publicación para que pueda ser reproducida y distribuida en cantidades ilimitadas.

Esta publicación se encuentra en *www.digestive.niddk.nih.gov/spanish/index_sp.aspx*.

Esta publicación podría contener información sobre medicamentos y las afecciones que estos tratan cuando se toman según las indicaciones. Durante la preparación de esta publicación, se incluyó la información más actualizada disponible. Para recibir información al día, o si tiene preguntas sobre cualquier medicamento, comuníquese con la U.S. Food and Drug Administration (FDA). Llame gratis al 1–888–463–6332 (1–888–INFO–FDA), o visite su sitio web en *www.fda.gov* (en español: *www.fda.gov/AboutFDA/EnEspanol*). Consulte a su proveedor de atención médica para obtener más información.

National Institute of
Diabetes and Digestive
and Kidney Diseases

NIH Publication No. 13–4228S
Agosto 2013

El NIDDK imprime en papel reciclado con tinta de base biológica.